

認知的概念モデルによる対人不安の検討 — 自己意識特性, 自己評価および対人不安の関連について —

富田俊昭*¹ 水子 学*¹ 金光義弘*²

要 約

本研究では、大学生213名を対象に調査を実施し、個人の認知的要因と対人不安の関連性について総合的に検討した。対人不安の認知的要因として、否定的自己評価、公的自己意識および拒否回避欲求を取りあげた。

分散分析によってデータを分析した結果、否定的自己評価と公的自己意識はそれぞれ単独でも対人不安の生起に影響を及ぼすという結果を得ることができたが、否定的自己評価、公的自己意識および拒否回避欲求の3要因が総合的に関連して対人不安に影響を及ぼすことを支持する結果は得られなかった。

序 論

対人不安 (social anxiety) とは「現実の、あるいは想像上の対人場面において、他者からの評価に直面したり、もしくはそれを予測したりすることから生じる不安状態」と定義されている¹⁾。対人不安は比較的健康な人でも経験するものであるが、対人不安を頻繁に経験するようになると対人恐怖症と呼ばれる状態に陥る可能性がある²⁾ので、軽視できないものである。対人不安を経験しやすい人は、不安を克服しようと必死に努力するがなかなかうまくいかない。そのままにしておくと、日常生活から逃避することで不安に対処するが、この対処法では満足した生活をおくっているとは言えない²⁾。

これまでの研究において、対人不安が生起する機序を説明するための理論は幾つかある¹⁾が、本研究は認知的アプローチによって対人不安を説明しようとするものである。対人不安に関連していると報告されている認知的要因に、否定的自己評価、拒否回避欲求および公的自己意識がある。否定的自己評価とは、個人が自分自身を好ましくないと評価しやすい傾向のことである。小川³⁾は対人恐怖症者の悩みの構造を把握するために調査を実施した結果、対人恐怖症者が対人場面における自己の行動を極めて否定的に評価すると同時に、自己の性格や人生に至るまで否定的にとらえていることを見出した。拒否回避欲求とは、菅原⁴⁾が提唱した概念で、他者に嫌われたくない欲求のことである。菅原⁴⁾は、この欲求

が強い個人は「気が弱い、引っ込み思案」などの自己イメージを有していることを実証した。公的自己意識とは、自分自身の容姿、しぐさ、行動など他者から観察可能な側面に注意を向けやすい性格特性を示すものである⁵⁾。菅原⁶⁾は公的自己意識と対人不安には中程度の相関があることを見出している。これら3変数がよく報告されているが、対人不安と否定的自己評価、対人不安と公的自己意識といった具合に、1変数と対人不安との関連を報告している研究が多い。しかし、上記の変数のいずれかが対人不安の決定因であるとは考えにくく、3変数と対人不安の関連を総合的に分析する試みも必要であると思われる。そこで、本研究では認知的要因と対人不安の関連を総合的に分析する枠組みとして、認知的概念モデル (Cognitive Construct Model) に着目した。

認知的概念モデルとはIngram⁷⁾によって提唱されたモデルで、抑うつ、アルコール乱用、不安障害などの精神病理現象が生じる機序を説明するために認知的要因を重視したものである。彼は認知的要因を、「認知構造 (cognitive structure)」、「認知命題 (cognitive propositions)」、「認知操作 (cognitive operations)」および「認知結果 (cognitive products)」の4つに分類した。「認知構造」は、情報を貯蔵する器と仮定され、心理学の構成概念では短期記憶や長期記憶などがこれにあたる。「認知命題」は、認知構造内に貯蔵されている情報のことである。「認知操作」は、認知構造内に貯蔵されている認知命題 (情報) を検索したり想起したりするなど、情報を操作する手続き

*1 川崎医療福祉大学大学院 医療福祉学研究科 臨床心理学専攻 *2 川崎医療福祉大学 臨床心理学科
(連絡先) 富田俊昭 〒701-0193 倉敷市松島288 川崎医療福祉大学

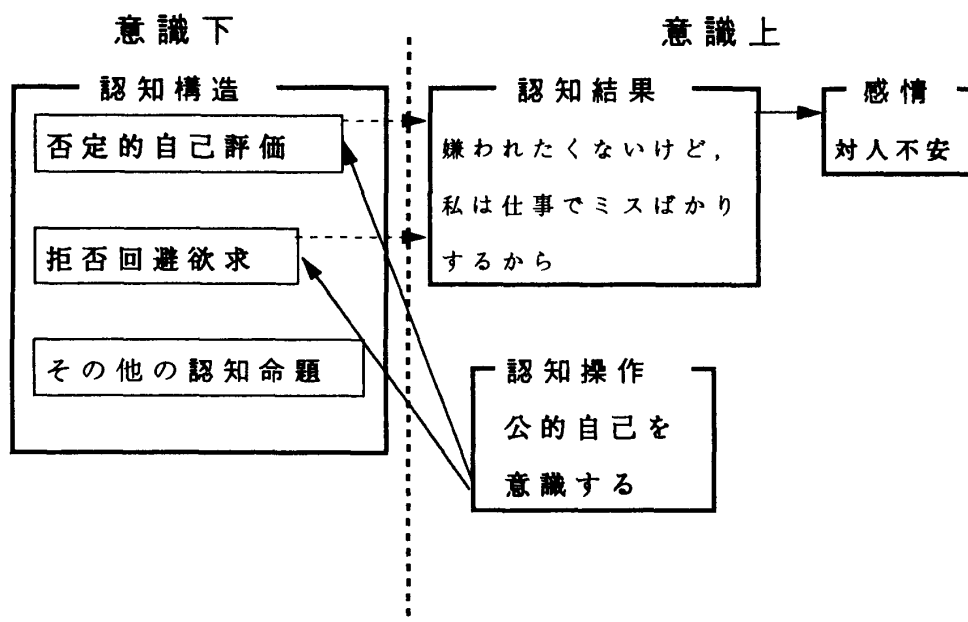


図1 対人不安の認知的概念モデル
(坂本⁸⁾を富田が対人不安現象を説明するためのモデルに改変)

のことである。認知操作の例としては、注意や活性化などの概念が挙げられる。「認知結果」は、個人の意識に上った認知命題（情報）のことである。

Ingram⁷⁾はまた、精神病理現象は、ある病理に固有の特徴とその他の病理にも共通して認められる特徴から構成されている、と述べている。例えばうつ病は、うつ病に罹患している個人にしか観察できない認知的要因とうつ病だけでなく、アルコール乱用や不安障害にも認められる認知的要因から構成されているのである。そして、ある精神病理現象に固有の特徴は「認知命題」に存在し、様々な精神病理現象に共通の特徴は「認知操作」にあるとした。すなわち、認知構造内に貯蔵されている認知命題は精神病理的現象によって異なるが、どの病理にも共通する認知操作があると提唱したのである。その認知操作とは自分自身に過度に注意を向けること（過度の自己注目）なのである。

Ingram⁷⁾は認知的要因を4つに分類し、精神病理現象はある病理に固有の特徴と様々な病理間に共通の特徴から構成されていると述べた上で、ある精神病理現象が生起する機序を説明している。つまり、「認知構造」内に貯蔵されている「認知命題（ある精神病理に固有）」が過度の自己注目という「認知操作（様々な精神病理に共通）」によって「認知結果」として意識化される。その「認知結果」の内容によって、精神病理現象につながる感情が生じるのである。

上述した対人不安に関連する3つの認知的要因を認知的概念モデルにあてはめると、「否定的自己評価」と「拒否回避欲求」は認知命題に、「公的自己意識（自己注目の下位概念）」は認知操作にあたると考えら

れる。「否定的自己評価」と「拒否回避欲求」という認知命題は「公的自己意識」という認知操作によって、認知結果として意識化され、認知結果が対人不安につながると考えられる。図1に対人不安生起の機序を説明する認知的概念モデルを示した。

Ingramの認知的概念モデルはこれから実証的に検討される段階にある。そこで、本研究では認知的概念モデルを用いて、対人不安の認知的要因の関連性を総合的に検討することを目的とし、質問紙法によって研究を実施した。

方 法

1. 調査日時

1998年10月16日の講義（心理学II）にて、質問紙を配布し、調査を実施した。

2. 調査対象者

心理学IIに出席していた学生217名を対象に実施し、記入漏れのあるデータを削除した後の分析対象者は213名（男子40名、女子172名、不明1名、平均年齢19.1歳）であった。

3. 質問紙

(1) 否定的自己評価を測定する尺度（20項目）

自尊感情尺度10項目に、小川³⁾が報告した対人恐怖症者の悩みのうち否定的な自己評価を表す10項目を加え、「全くあてはまらない場合」から「かなりあてはまる場合」の4段階で評定させた。自尊感情尺度は山本⁹⁾らによって作成された、自己全体への感情的評価を測定するものである。

(2) 公的自己意識を測定する尺度（11項目）

自意識尺度日本語版の下位尺度である公的自意識

尺度の項目表現を本調査の評価次元に合わせて若干変更し、用いた。それらの項目に対して「全くない場合」から「よくある場合」の4段階で評定させた。自意識尺度日本語版は菅原⁶⁾によって作成された、自己を意識する程度の個人差を測定するものである。

(3) 拒否回避欲求を測定する尺度 (5項目)

拒否回避欲求尺度の4項目に1項目加え、項目に対して「全く望まない場合」から「強く望む場合」の4段階で評定させた。拒否回避欲求尺度は、菅原⁴⁾によって作成された賞賛獲得欲求・拒否回避欲求尺度の下位尺度で、他者から拒否されたくない欲求を測定するものである。

(4) 対人不安状態を測定する尺度 (37項目)

対人不安意識尺度から25項目、シャイネス尺度から4項目、特性シャイネス尺度から3項目、シャイネス尺度日本語版から5項目、合計37項目を選択した。「全くない場合」から「よくある場合」の4段階で評定させた。評価次元に合うように、一部の項目の文章を若干変更した。対人不安意識尺度は林ら¹⁰⁾によって作成された、一般人の対人恐怖的傾向を測定するものである。シャイネス尺度は今井ら¹¹⁾によって作成された、シャイネスの個人差を測定するものである。特性シャイネス尺度は相川¹²⁾によって作成された、特定の状況を越えたシャイネスを測定するものである。シャイネス尺度日本語版は桜井ら¹³⁾によって作成された、シャイネスの個人差を測定するものである。

4. 手 続 き

調査は心理学IIの講義時間の一部を使用して、集団場面で実施した。講義に出席していた学生217名に対して、調査の目的、プライバシーの保護、回答にあたっての注意事項、回答は強制でないことを説明

し、同意を得た。そして、講義の開始前に配布していた質問紙を実施した。回答終了後、本研究における目的を調査対象者に報告した。

5. 資料の整理法

各尺度の合計得点の平均、標準偏差、最小値および最大値を算出した。なお、本調査の分析は全てSASの手続きを利用した。

結 果

全調査対象者のデータを基に、「否定的自己評価」得点、「公的自己意識」得点および「拒否回避欲求」得点の中央値を算出した。それらを基準点として、各得点の高低の組み合わせで調査対象者を8群に分けた。

表1に、対人不安状態得点の平均値および標準偏差を示した。

それから、対人不安状態を従属変数、「否定的自己評価」、「公的自己意識」および「拒否回避欲求」を独立変数とした、 $2 \times 2 \times 2$ の3要因分散分析を行った。図2に、「否定的自己評価」、「公的自己意識」および「拒否回避欲求」における各水準ごとの対人不安状態平均得点を示した。

対人不安状態を従属変数とした場合、「否定的自己評価」の主効果 ($F(1,212)=67.83, p<.0001$) および「公的自己意識」の主効果 ($F(1,212)=40.04, p<.0001$) が有意であった。

また、「否定的自己評価」×「公的自己意識」×「拒否回避欲求」の2次の交互作用 ($F(1,212)=6.00, p<.05$) が有意であった。そこで、「公的自己意識」水準(高・低)別に、「否定的自己評価」×「拒否回避欲求」の単純交互作用を分析した。このような視点で分析するのは、本調査が認知的概念モデルを用いているという理由からである。つまり、本研究では認知的概念モ

表1 認知的概念別の対人不安状態平均得点

	NSE MAR	低 水 準		高 水 準	
		低 水 準	高 水 準	低 水 準	高 水 準
PUB低 水 準					
N		46	26	26	12
Mean		74.3	73.5	93.0	83.3
S. D.		12.4	12.8	10.0	11.5
PUB高 水 準					
N		14	19	25	45
Mean		85.9	83.3	97.8	104.7
S. D.		11.0	12.8	12.3	13.7

Note 1. PUBは公的自己意識を、NSEは否定的自己評価を、MARは拒否回避欲求を示す。

Note 2. Nは人数を、Meanは平均得点を、S. D.は標準偏差を示す。

Note 3. 平均得点の取り得る範囲は37点から148点である。

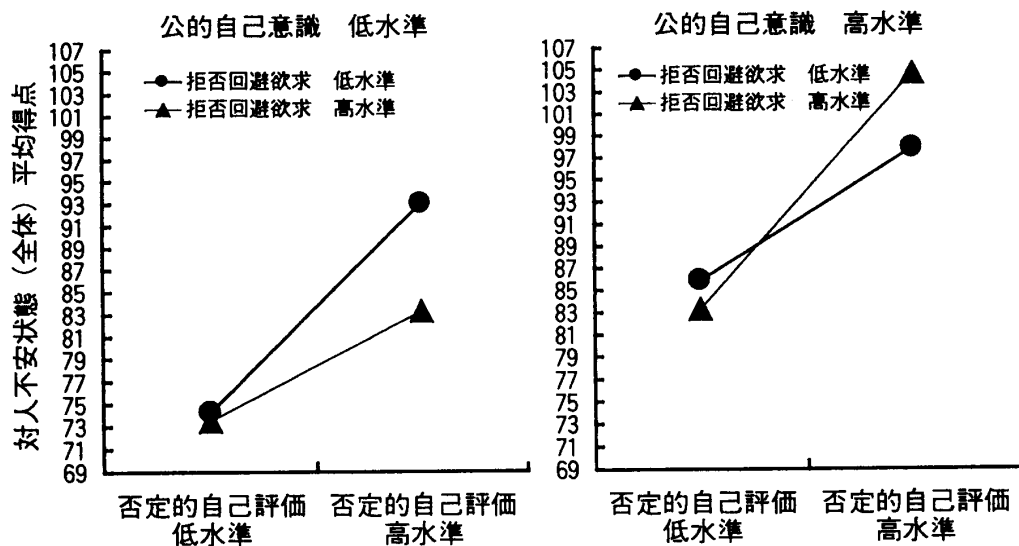


図2 認知的概念別の対人不安状態平均得点

デルに基づいて、「否定的自己評価」と「拒否回避欲求」の認知命題に、「公的自己意識」という認知操作が加わり、対人不安が生起すると仮定している。この仮定を反映するように、分析の視点を定めた。

その結果、「公的自己意識」低水準においては「否定的自己評価」の主効果 ($F(1,109)=31.47, p<.0001$) が有意であった。「否定的自己評価」×「拒否回避欲求」の交互作用 ($F(1,109)=3.11, p<.10$) には有意傾向しか認められなかった。

一方、「公的自己意識」高水準では「否定的自己評価」の主効果 ($F(1,102)=36.12, p<.0001$) が有意であった。「否定的自己評価」×「拒否回避欲求」の交互作用 ($F(1,102)=2.90, p<.10$) には有意傾向しか認められなかった。

考 察

本研究では、「否定的自己評価」、「公的自己意識」、「拒否回避欲求」と対人不安状態の関連性を総合的に検討するために、対人不安状態を従属変数、「否定的自己評価」、「公的自己意識」および「拒否回避欲求」を独立変数とした3要因分散分析を行った。その結果、「否定的自己評価」の主効果が有意であった。このことから、「否定的自己評価」は、対人不安を強く規定する要因であることが示唆された。これは多くの先行研究結果と一致するものである。対人場面において、自分自身を否定的に評価している人は、他者からも否定的に評価されていると認知し、対人不安を経験すると考えられる。

「公的自己意識」の主効果も有意であったことから、この要因も対人不安が生起することに関連のあることが確認された。序論で述べたように、「公的自己意識」は他者から観察される自己に注意を向ける

傾向をあらわす概念である。他者から見られる自己に関心があるということは、他者からの評価に関心があることと同義である。したがって、他者から観察される自己を意識しやすい人は、対人場面において不安を経験する可能性がある。

「否定的自己評価」×「公的自己意識」×「拒否回避欲求」の交互作用も有意であったので、「公的自己意識」を基準に分析をおこなった。しかし、「公的自己意識」の高・低水準のどちらにおいても、「否定的自己評価」の主効果しか有意でなく、「拒否回避欲求」が関連している効果は認められなかった。この結果の原因は、方法論的妥当性の問題であると考えられる。つまり、「拒否回避欲求」を測定するための質問項目の回答形式が適当でなかったのである。「拒否回避欲求をどれぐらい強く望むか?」という質問をしたが、他者から嫌われたくない欲求は誰にでもあるものであり、ほとんどの調査対象者が「望む」という回答をしていた。このため、「拒否回避欲求」得点が正規分布せず、分散分析に影響を与えたと考えられる。

本研究は「否定的自己評価」、「公的自己意識」および「拒否回避欲求」が総合的に関連して、対人不安を生起させると予測したが、それを実証する結果は得られなかった。しかし、「否定的自己評価」、「公的自己意識」および「拒否回避欲求」の水準が全て高水準であった場合、対人不安状態平均得点は最高得点を示している。従って、対人不安の認知的概念モデルが実証される可能性が全く否定されたわけではない。つまり、「否定的自己評価」、「公的自己意識」および「拒否回避欲求」が相互作用的な働きをして、対人不安が生起するという結果を示す可能性は残されているのである。

本研究は、認知的概念モデルを用いて対人不安現象を説明しようとしたが、質問紙法による検討であったのでモデルにあるような因果関係を実証できるものではなかった。したがって、実験的対人相互作用

場面を設定し、その場面で、「公的自己意識」を操作し、その上で対人不安状態の認知、感情および行動的側面における生の反応を抽出していく必要がある。

文 献

- 1) リアリィMR, 生和秀敏(監訳)(1990) 対人不安. 北大路出版(Leary MR 1983 *Understanding social anxiety-Social, personality, and clinical perspectives*. California : Sage Publications.)
- 2) 笠原敏彦(1992) 対人恐怖症と不安. 臨床精神医学, **21**, 669-675.
- 3) 小川捷之(1974) いわゆる対人恐怖症者における「悩み」の構造に関する研究. 横浜国立大学教育紀要, **14**, 1-33.
- 4) 菅原健介(1986) 賞賛されたい欲求と拒否されたくない欲求 — 公的自意識の強い人に見られる2つの欲求について —. 心理学研究, **57**, 134-140.
- 5) Fenigstein A, Scheier MF and Buss AH (1975) Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, **43**, 522-527.
- 6) 菅原健介(1984) 自意識尺度(self-consciousness scale) 日本語版作成の試み. 心理学研究, **55**, 184-188.
- 7) Ingram RE (1990) Self-focused attention in clinical disorders : Review and conceptual model. *Psychological Bulletin*, **107**, 156-176.
- 8) 坂本真士(1998) 自己注目と抑うつ — 抑うつ発症・維持を説明する3段階モデルの提起 —. 心理学評論, **41**(3), 283-302.
- 9) 山本真理子, 松井 豊, 山成由紀子(1982) 認知された自己の諸側面の構造. 教育心理学研究, **30**, 64-68.
- 10) 林 洋一, 小川捷之(1981) 対人不安意識尺度構成の試み. 横浜国立大学保健管理センター年報, **1**, 29-45.
- 11) 今井明雄, 押見輝男(1987) シャイネス尺度の検討. 社会心理学会第28回大会発表論文集, 66-66.
- 12) 相川 充(1991) 特性シャイネス尺度の作成および信頼性と妥当性の検討に関する研究. 心理学研究, **62**(3), 149-155.
- 13) 桜井茂男, 桜井登世子(1991) 大学生用シャイネス(shyness)尺度の日本語版の作成と妥当性の検討. 奈良教育大学紀要, **40**, 235-242.

(平成11年5月12日受理)

A Consideration of Social Anxiety through a Cognitive Construct Model

— The Relationship between Self-Consciousness, Self-Evaluation, and Social Anxiety —

Toshiaki TOMITA, Manabu MIZUKO and Yoshihiro KANEMITSU

(Accepted May 12, 1999)

Key words : SOCIAL ANXIETY, COGNITIVE CONSTRUCT MODEL, SELF-CONSCIOUSNESS,
SELF-EVALUATION

Abstract

The present study was carried out to examine the interactive relationships between some cognitive variables and social anxiety. Negative self-evaluation, public self-consciousness, and motivation for avoiding rejection were used as the cognitive variables. Two hundred thirteen university students were asked to rate themselves about these cognitive variables and social anxiety.

Analysis of variance (ANOVA) was used to test the interactive relationships between the cognitive variables and social anxiety. The results showed that negative self-evaluation and public self-consciousness had an affect on social anxiety when considered separately, but they did not affect social anxiety when considered together as an interactive relationship.

Correspondence to : Toshiaki TOMITA

Master's Program in Clinical Psychology, Graduate School of
Medical Welfare, Kawasaki University of Medical Welfare
Kurashiki, 701-0193, Japan

(Kawasaki Journal of Medical Welfare Vol.9, No.1, 1999 49-54)